

Name: _____

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag, 04.10.2021	Hackbraten ^{M,100} Petersilienkartoffel ^G Blumenkohl ^G Aprikosenkompott <small>529 kcal, 25 g Eiweiß, 23 g Fett, 53 g KH</small>	pikantes Kürbis-Paprikragout_ ^{1,A,G} Duftreis ^G Eisbergsalat in Joghurtdressing ^{2,G,O} Aprikosenkompott <small>357 kcal, 6 g Eiweiß, 10 g Fett, 58 g KH</small>
Dienstag, 05.10.2021	Maccaroniaufauf mit Champignons und Früh- lingszwiebeln ^{A,C,G} Tomatensoße ^A gemischter Salat Grieß Sahne Pudding ^{A,G} <small>2040 kcal, 59 g Eiweiß, 99 g Fett, 223 g KH</small>	Süßkartoffeltasche mit Frischkäse und Kräu- tern gefüllt ^{A,G} Schnittlauchsoße ^{A,G} Tomatensalat Grieß Sahne Pudding ^{A,G} <small>1705 kcal, 39 g Eiweiß, 76 g Fett, 209 g KH</small>
Mittwoch, 06.10.2021	geschmorte Ochsenbäckchen ^{A,O} Gemüse-Risotto ^{60,G,L} Holundergelee Vanillesoße ^G <small>367 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 63 g KH</small>	Kirschen-Michel ^{A,C,G,HA} Vanillesoße ^G Holundergelee Vanillesoße ^G <small>809 kcal, 22 g Eiweiß, 34 g Fett, 102 g KH</small>
Donnerstag, 07.10.2021	Geflügel Cordon Bleu ^{A1,1,A,G} braune Geflügelsoße ^A Schwenkkartoffel ^G Bohnensalat ⁴ Waldbeerjoghurt ^G <small>574 kcal, 31 g Eiweiß, 21 g Fett, 64 g KH</small>	Omelette ^{C,G} Kräuterschaum ^{A,G} Kartoffelpüree ^{G,O} gemischter Salat Waldbeerjoghurt ^G <small>596 kcal, 23 g Eiweiß, 31 g Fett, 52 g KH</small>
Freitag, 08.10.2021	Seelachsfilet "Müllerin" ^{A1,A,D,G} Salzkartoffel Rahmspinat ^{A,G} Obst der Saison <small>513 kcal, 25 g Eiweiß, 10 g Fett, 77 g KH</small>	Ofengemüse mit Süßkartoffel -Würfel ^L Feta ^G Sauerrahm ^G gemischter Salat Obst der Saison <small>3180 kcal, 172 g Eiweiß, 248 g Fett, 60 g KH</small>
Samstag, 09.10.2021	Gemüseeeintopf mit Fleischklößchen ^{A1,60,A,C,L} Kaiserbrötchen ^{A,F} Fruchtbuttermilch ^G <small>522 kcal, 19 g Eiweiß, 14 g Fett, 79 g KH</small>	Kartoffeleintopf ^{60,G,L} Kaiserbrötchen ^{A,F} Fruchtbuttermilch ^G <small>460 kcal, 12 g Eiweiß, 11 g Fett, 75 g KH</small>
Sonntag, 10.10.2021	Schweinekrustenbraten ^{1,2} Biersoße ^{A,AC} Kartoffelkroketten ^G Blumenkohl ^G Eisbecher Vanille-Orange ^G <small>774 kcal, 32 g Eiweiß, 33 g Fett, 82 g KH</small>	Ravioli mit Steinpilz-Frischkäse Füllung ^{A,C,G} Gemüesoße ^{60,A,G,L} Kopfsalat Eisbecher Vanille-Orange ^G <small>531 kcal, 13 g Eiweiß, 25 g Fett, 61 g KH</small>

Zusatzstoffe: (A1) Glutenhaltige Getreide; (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Süßungsmittel
Allergene: (60) Sellerie; (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (AC) Gerste und Gersteerzeugnisse; (C) Eier und -erzeugnisse; (D) Fisch und -erzeugnisse; (F) Soja und -erzeugnisse; (G) Milch und -erzeugnisse; (HA) Mandeln und Mandelerzeugnisse; (L) Sellerie und -erzeugnisse; (M) Senf und -erzeugnisse; (O) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben; (100) mit Schweinefleisch

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an das Küchenteam.
Tel.: 069-40504-127 / -182 E-Mail: kueche.asz@awo-frankfurt.de

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit.

Änderungen sind dem Küchenteam jederzeit vorbehalten!